

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah yaitu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih besar atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih besar atau sama dengan 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang (Smeltzer & Bare, 2008).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2016 terdapat 600 juta penderita hipertensi di seluruh dunia, dan 3 juta di antaranya meninggal setiap tahunnya. Di seluruh dunia, hipertensi mengakibatkan kurang lebih 7,5 juta kematian dari 12,8% total kematian secara keseluruhan. Data dari WHO menyebutkan bahwa kejadian hipertensi terbanyak ditemukan di Afrika, dengan persentase sebanyak 46% dari jumlah keseluruhan kasus dunia, baik pada laki-laki maupun perempuan (WHO, 2016).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan data didapatkan hasil sebesar 25,8%. Di Provinsi Kalimantan Selatan merupakan daerah dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi yaitu sekitar 44,1%, kemudian diikuti dengan Provinsi Kalimantan Barat yaitu 41,8%, selanjutnya di Provinsi Kalimantan Timur yaitu 40,6%, dan disusul oleh Provinsi Jawa Barat 38,5% (RISKESDAS, 2018). Hipertensi Provinsi Jawa Timur, persentase hipertensi sebesar 13,47% atau sekitar 935.736 penduduk, dengan proporsi laki-laki sebesar 13,78% (387.913 penduduk) dan perempuan sebesar 13,25% (547.823 penduduk) (Dinkes Jatim, 2017).

Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai. Penyakit hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi. Hipertensi mencetuskan timbulnya plak aterosklerotik di arteri serebral dan arteriol, yang menyebabkan oklusi arteri, cedera iskemik dan stroke sebagai komplikasi jangka panjang (Yonata, 2016). Oleh sebab itu, salah satu target dari terapi hipertensi adalah menjaga tekanan darah pasien terkontrol untuk menekan angka morbiditas dan mortalitas.

Hipertensi tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikontrol menggunakan obat. Kepatuhan dalam menjalani pengobatan merupakan faktor yang penting dalam mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi. Salah satu syarat mutlak untuk meningkatkan kualitas hidup pasien adalah kepatuhan, sedangkan ketidakpatuhan pasien dalam mengonsumsi obat merupakan salah satu faktor utama penyebab kegagalan terapi atau dapat menyebabkan komplikasi (Sinuraya *et al.*, 2018). Data yang didapatkan dari WHO pada tahun 2013, dari 50% penderita hipertensi yang diketahui mendapatkan pengobatan hanya 25% patuh pada pengobatan sehingga sisanya tidak patuh pada pengobatan hipertensi (WHO, 2013).

Pengobatan hipertensi ada dua cara yaitu pengobatan secara farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan secara farmakologi misalnya dengan obat-obatan antihipertensi. Obat-obatan antihipertensi telah terbukti mampu menurunkan tekanan darah, namun kebanyakan dari pasien merasakan kebosanan ketika harus meminum obat secara terus-menerus dan pengobatan secara hipertensi tidak cukup untuk mengontrol tekanan darah dalam jangka panjang jika tidak didukung dengan kepatuhan dalam menggunakan obat tersebut (Saepudin, 2013). Pengobatan secara

non-farmakologi bisa juga dengan mengubah gaya hidup yaitu mengurangi stress dan melakukan diet dalam asupan makanan misalnya mengurangi asupan garam memperbanyak serat dengan cara makan buah dan sayur, olahraga serta mengurangi kebiasaan buruk seperti merokok dan mengkonsumsi alkohol. Pengobatan non-farmakologi bukan hanya itu, bisa juga dengan menggunakan terapi musik klasik dan aromaterapi lavender. Peneliti memilih kedua terapi ini, karena pada terapi musik klasik prosedurnya lebih mudah untuk diaplikasikan dan juga memiliki efek menenangkan pikiran, sedangkan pada aromaterapi lavender bahannya mudah ditemukan dan harganya terjangkau. Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan didapatkan informasi bahwa kejadian hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang setiap bulannya meningkat yaitu pada laki-laki sekitar 13,5 % dan pada perempuan sekitar 16,7%, dan perawat di Puskesmas tersebut kurang mengetahui bahwa terapi musik klasik dan aromaterapi lavender sebagai penurun tekanan darah.

Kedua terapi ini memiliki pengaruh yang besar terhadap penurunan tekanan darah. Secara ilmiah dengan mendengarkan musik klasik akan menghasilkan stimulus yang dikirim dari akson-akson serabut asendes ke neuron-neuron dari *reticular activating system (RAS)*, stimulus kemudian ditransmisikan oleh nukleus spesifik dari thalamus melewati area *korteks adrenal*, sistem limbik dan *corpus collusum* dan melewati area pada sistem saraf otonom dan sistem neuron endokrin (Kwoalski, 2010).

Sistem limbik bertanggung jawab dalam mengontrol emosi dan juga mempunyai peran dalam belajar dan mengingat. Lokasi yang berbatasan dengan korteks cerebral dan batang otak yaitu sistem limbik, dibentuk oleh cincin yang dihubungkan *cigulate gyrus*, *hipokampus*, *fornik*, badan-badan *mammillary*, *hypotalamus*, *traktus mammilathalamic*, *thalamus anterior*, dan *bulbs olfaktorius*. Ketika musik dimainkan

semua bagian dihubungkan dengan sistem limbik yang terstimulasi sehingga menghasilkan perasaan dan ekspresi (Kwoalski, 2010). Sistem syaraf otonom kemudian akan mengurangi pelepasan katekolamin dan plasma menjadi rendah dan juga menyebabkan terjadinya pelepasan *stress-released* hormon. Hal ini mengakibatkan tubuh mengalami relaksasi, denyut jantung berkurang dan terjadi penurunan tekanan darah (Samola, 2007). Seperti penelitian yang dilakukan oleh Andhika Mahatidanar tahun 2016, berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa terdapat pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Sedangkan Aromaterapi lavender memiliki kandungan utama yaitu linalool aasetat yang ketika dihirup akan diinterpretasikan oleh sel neuron dan akan dihantarkan ke sistem limbik dan hipotalamus untuk diolah menjadi impuls listrik. Pesan yang telah dihantarkan ke seluruh tubuh dapat memicu pelepasan substansi neurokimia otak (Ridho, 2015).

Aroma atau bau yang wangi dan menyenangkan akan menstimulasi thalamus untuk mengeluarkan enkefalin yang merupakan hormon yang dapat menghilangkan rasa sakit alami dan memberikan efek relaksasi atau perasaan tenang. Bahan-bahan dari aromatik seperti aromaterapi lavender tersebut akan merangsang sistem saraf otonom, sistem ini akan mengontrol gerakan involunter pada sistem pernafasan dan tekanan darah. Sirkulasi sistem saraf otonom dapat menyebabkan dilatasi arteriol sehingga dapat melancarkan sirkulasi peredaran darah. Sistem saraf otonom berperan penting dalam mempertahankan tekanan darah agar tetap normal, dimana sistem ini berinteraksi dengan sistem renin dan angiotensin yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi. Aromaterapi juga dapat memberikan perasaan tenang dan rileks pada jasmani, rohani, dan pikiran (Astuti & Nugrahwati, 2018). Manfaat lain dari aromaterapi lavender yaitu anti radang, menghilangkan bengkak, dan dapat

menetralkan racun (Ridho, 2015). Seperti penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Umy Soraya tahun 2014. Tekanan darah sistolik sebelum diberikan aromaterapi lavender 154,44 mmHg dan tekanan darah diastolik 95 mmHg dan setelah diberikan aromaterapi lavender mengalami penurunan yaitu tekanan sistolik 138,89 mmHg dan diastolik 85 mmHg.

Musik klasik adalah musik yang memiliki tempo sekitar 60 ketukan/menit yang dapat memberikan efek relaksasi. Rangsangan musik ini mengaktifkan jalur-jalur spesifik di dalam berbagai area otak, seperti sistem limbik yang berhubungan dengan perilaku emosional. Sistem limbik teraktivasi dan individu menjadi rileks saat mendengarkan musik. Keadaan rileks inilah yang akan menurunkan tekanan darah. Alunan juga menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul yang disebut *nitric oxide* (NO). Molekul ini bekerja pada tonus pembuluh darah yang dapat mengurangi tekanan darah (Hidayah, Danamik & Elita, 2015).

Aromaterapi merupakan salah satu cara pengobatan penyakit dengan menggunakan bau-bauan yang umumnya berasal dari tumbuh-tumbuhan serta berbau harum, gurih, enak yang disebut minyak asiri. Aromaterapi suatu cara perawatan tubuh dan penyembuhan penyakit dengan minyak esensial (*essensial oil*). Beberapa minyak asiri yang umum digunakan dalam aromaterapi karena sifatnya yang serbaguna diantaranya adalah Langin Kleri (*Salvia Scaea*), Eukalipus (*Eucalyptus Globulus*), Geranium (*Pelargonium Graveolens*), Lavender (*Lavendula Vera Officianals*), Lemon (*Citrus Lenonem*), Peppermint (*Mentha Piperita*), Petitgrain (*Daun Citus Aurantium*), dan Rosmari (*Rosmarinus Officinals*), serta Pohon teh (*Melalueca Alternifol*), dari minyak-minyak tersebut, minyak lavender merupakan minyak esensial yang paling populer (Andria, 2014).

Aromaterapi minyak lavender diperoleh dengan cara distilasi bunga. Minyak lavender bersifat serbaguna, sangat cocok untuk merawat kulit terbakar, terkelupas, psoriasis, dan juga membantu kasus insomnia. Lavender beraroma ringan bunga-bunga dan merupakan essensial aroma terapi yang dikenal memiliki efek *sedatif* dan *anti-neurodepressive*. Aromaterapi lavender juga memiliki kandungan utama *linalool asetat* yang mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang. Menghirup lavender meningkatkan frekuensi gelombang alfa dan keadaan ini diasosiasikan dengan bersantai (relaksasi) dengan meningkatkan stimulasi pada saraf parasimpatis yang kemudian akan menurunkan tekanan darah dan denyut nadi (Andria, 2014).

Peneliti ingin melakukan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi sebelum diberikan terapi musik klasik dan aromaterapi lavender. Serta Mengetahui perbedaan tekanan darah pada penderita hipertensi yang diberikan terapi musik klasik dengan aromaterapi lavender.

1.2 Rumusan Masalah

Dengan memperhatikan latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Adakah perbedaan efektivitas terapi musik klasik dengan aromaterapi lavender terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan umum dan tujuan khusus penelitian ini adalah:

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbedaan efektivitas terapi musik klasik dengan aromaterapi lavender terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini yaitu:

- 1) Mengidentifikasi tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik
- 2) Mengidentifikasi tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender
- 3) Mengetahui perbedaan tekanan darah pada penderita hipertensi yang diberikan terapi musik klasik dengan aromaterapi lavender.

1.4 Manfaat Penelitian

1.1.4 Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi tentang efektivitas terapi musik klasik dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan pengembangan ilmu keperawatan khususnya dalam bidang ilmu keperawatan medikal bedah dan gerontik.

1.2.4 Praktis

- 1) Bagi tempat penelitian

Dapat digunakan sebagai masukan untuk membuat Standar Prosedur Operasional (SPO) dalam mengelola pasien yang mengalami hipertensi.

- 2) Bagi perawat

Memberikan pengetahuan baru mengenai intervensi dalam keperawatan nonfarmakologis yang efektif untuk digunakan dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

3) Bagi responden

Memberikan pengetahuan dan digunakan sebagai pilihan alternatif yang baru dalam menurunkan tekanan darah yang lebih efektif dan efisien secara nonfarmakologi.

1.5 Keaslian penelitian

Sejauh penulis ketahui berdasarkan pustaka belum pernah dilakukan penelitian mengenai perbandingan efektivitas terapi musik klasik dan aroma terapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Namun ada penelitian yang serupa yang dilakukan oleh :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Erva Elli Kristianti (2010) dengan judul: Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Derajat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Wreda ST. Yoseph Kediri. Jenis penelitian ini adalah menggunakan design Pra eksperimen dengan rancangan *One-Group Pre-Test Post-Test Design*. Hasil penelitian diketahui hasil uji *statistic SPSS t-test* yang didasarkan pada tingkat kemaknaan $\alpha \leq 0,05$ didapatkan hasil $p=,000$ dengan tingkat hubungan ,003 antara pre-post atau sebelum dan sesudah aromaterapi lavender terhadap penurunan derajat kecemasan pada lansia serta terdapat hubungan aromaterapi lavender terhadap penurunan terhadap derajat kecemasan pada lansia di Panti Wreda ST. Yoseph Kediri.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Jasmarizal Lenni Sastra dan Delvi Yunita (2011) dengan judul: Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tangah Padang. Jenis penelitian ini adalah menggunakan metode *Quasi Eksdferimen dengan rancangan One Group Pre Test Design*. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah *analisa univariant*

yang mendeskripsikan variabel penelitian yaitu menurunkan tekanan darah sistolik pre dan post dan *analisa bivariant* yaitu menggunakan uji *Wilcoxon* dengan melihat selisih nilai angka penurunan tekanan darah responden dari pengambilan data awal (sebelum diberikan terapi musik). Hasil bermakna apabila nilai $p < 0,05$ maka nilai H_a dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada pasien hipertensi di Posyandu Lansia “SHIHAT” Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tengah Padang tahun 2011.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Nurul Hidayah, Siti Rahmalia Hairani Damanik, Veny Elita tahun 2015 dengan judul: Perbandingan Efektivitas Terapi Musik Klasik Dengan Aromaterapi Mawar Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. Jenis penelitian ini adalah *quasi experimental* dengan rancangan penelitian *pre test dan post test design with two comparison treatment*. Hasil uji statistik pada kelompok terapi musik klasik menunjukkan hasil yang sangat signifikan terdapat perubahan tekanan darah sistol sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik dengan ($p=0,000$). Pada kelompok aromaterapi mawar, didapatkan hasil yang signifikan terdapat perubahan tekanan darah sistol dan diastol sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi mawar dengan ($p=0,000$). Hasil membandingkan *post test* antara kelompok terapi musik klasik dan kelompok aroma terapi mawar menunjukkan hasil tidak terdapat perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan antara kelompok yang diberikan terapi musik klasik dan kelompok yang diberikan aromaterapi mawar dengan (p sistol= $0,642$ dan p diastol= $0,596$).